

Une évaluation unique de la forme pour tous !



➔ Diagnoform[®], une approche positive de la forme



Le Diagnoform[®], c'est :

Un ensemble de tests évaluant de manière fiable les 5 grandes qualités physiques qu'il est indispensable d'entretenir tout au long de la vie pour préserver son bien-être et sa santé durablement.

Endurance

Force

Coordination

Vitesse

Souplesse

Les résultats obtenus, associés à l'IMC (Indice de Masse Corporelle), fournissent un indicateur précis : le quotient de forme. L'approche positive et ludique du Diagnoform[®] - toujours encourager, ne jamais culpabiliser - permet une prise de conscience des participants, qui découvrent ainsi leurs atouts et les axes de progrès possibles.

Le bilan, totalement encadré par des experts du sport-santé, suscite ainsi l'élan positif vers plus d'activité au quotidien.

Une offre accessible à tous

Enfants, adolescents, adultes actifs, seniors... Le Diagnoform[®] se décline en fonction de l'âge et du niveau de forme du public ciblé.

Quatre versions sont ainsi proposées.

5 à 10 ans

Diagnoform[®]
«Kid»
30'
5 exercices

Pour qui ? Les collectivités, les établissements scolaires et universitaires, les clubs sportifs, associations...

10 à 25 ans

Diagnoform[®]
«Tonic»
45'
9 exercices

Pour qui ? Les collectivités, les établissements scolaires et universitaires, les clubs sportifs, associations...

20 à 65 ans

Diagnoform[®]
«Actif»
45'
9 exercices

Pour qui ? Les collectivités, les entreprises, et toutes les structures souhaitant mener des actions envers le grand public.

+60 ans

ou personnes présentant des pathologies

Diagnoform[®]
«Santé»
45'
9 exercices

Pour qui ? Adapté aux personnes très sédentaires et/ou présentant un profil pathologique. Il peut être mis en place en entreprise et dans les structures de santé.

LE DIAGNOFORM[®] EN UN CLIN D'ŒIL

○ 20 à 45 minutes

Le temps nécessaire pour réaliser l'ensemble des tests.

○ 800 personnes

Le nombre maximum de participants qui peuvent être testés en une journée.

○ Le Diagnoform[®] "Pocket"

La version allégée du Diagnoform[®], pensée pour les entreprises ou les collectivités disposant de moins d'espace dans leurs locaux.

○ Les Rencontres de la Forme[®]

Le Diagnoform[®] s'inscrit au cœur de cet événement pour associer tests physiques et ateliers d'initiation.

Jusqu'à 9 ateliers pour tester sa forme

Test de gainage, test de souplesse, test de coordination... Les participants sont soumis à une série de 5 ou 9 exercices spécifiques en fonction de leur âge. Chaque exercice vise l'évaluation d'une ou de deux qualités physiques en tenant compte des capacités de chacun. Quelle que soit la version, le Diagnoform[®] est une mesure globale de la condition physique, réalisée par un enchaînement d'exercices dans un ordre précis.





Des résultats commentés en temps réel

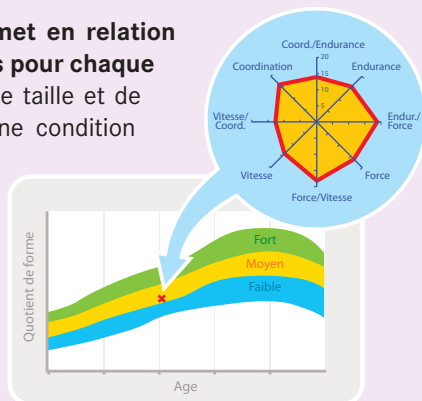
Le bilan personnalisé est communiqué immédiatement après les tests. Il permet de **faire le point sur chacune des 5 qualités physiques**, sur son état de forme global, mais aussi de se situer par rapport à la moyenne obtenue par les participants de la même génération.

Le bilan est remis au participant par un membre du personnel encadrant : l'occasion d'**engager un dialogue autour des résultats en vue d'une amélioration**.

Zoom sur le radar et le quotient de forme

Le schéma sous forme de radar **met en relation l'ensemble des résultats obtenus pour chaque qualité**. Le graphique est de bonne taille et de forme circulaire ? C'est signe d'une condition physique bien équilibrée.

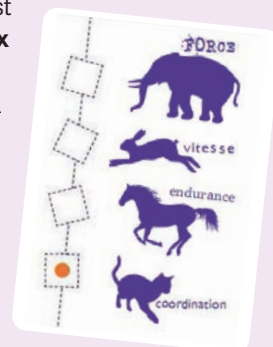
Le quotient de forme présenté dans le bilan personnalisé permet de **positionner chaque participant par rapport aux personnes du même sexe et de la même tranche d'âge** ayant déjà réalisé les tests.



Des résultats adaptés aux enfants

Le Diagnoform® Kid est **accessible, même aux plus petits**.

Une fois les tests réalisés, un **diplôme** est remis aux enfants et un **animal totem** leur est attribué pour symboliser la meilleure qualité physique.



POUR ALLER PLUS LOIN

Au-delà de l'activité physique, le Diagnoform® peut s'accompagner d'outils d'évaluation complémentaires :

○ Le bilan mode de vie

Propose une évaluation globale des habitudes de vie : alimentation, activité physique, sommeil...

○ Le questionnaire bien-être

Décrypte l'état émotionnel et affectif du participant, le jour du test et les jours précédents.

○ Le Diagnofood®

Dresse le profil alimentaire d'un individu (www.diagnofood.com).

Le Diagnoform®, sur le web

○ www.diagnoform.com ○

Hébergé sur Internet, le Diagnoform® permet de stocker les résultats dans une base de données commune et d'obtenir des statistiques.

Le site propose **une navigation simple et un contenu riche en informations**, qui met notamment à disposition un mode d'emploi pour déployer les tests du Diagnoform® soi-même.

Il offre par ailleurs la possibilité d'enregistrer les scores obtenus ainsi que la comparaison automatique des résultats avec l'Observatoire de la Forme®. Grâce à l'identification en ligne des participants, **l'évolution du quotient de forme peut être suivie**.

Enfin, pour le personnel de santé, une extraction des relevés poids/taille peut être effectuée afin de **cibler les actions en fonction des IMC de chacun**.

Seules les personnes autorisées peuvent accéder aux données personnelles des participants. Diagnoform® a fait l'objet d'une déclaration à la CNIL.



➔ L'Observatoire de la Forme® : développer et diffuser les connaissances sur la forme

Une aide à la prise de décision

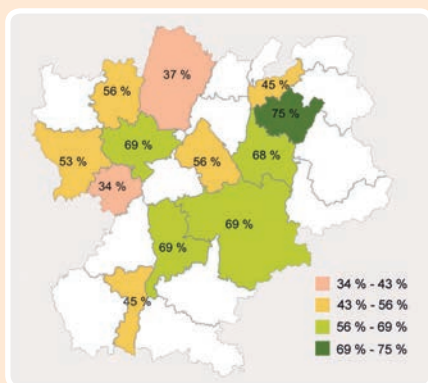
Parce qu'il permet de tester jusqu'à 800 personnes en une seule journée, le Diagnoform® se révèle aussi être un outil puissant d'évaluation collective.

Les données récoltées constituent de **véritables ressources pour dresser un bilan de l'état de forme des populations** d'un territoire donné, confirmer ou infirmer une intuition, obtenir un retour d'expérience ou encore dégager des tendances de fond. Ces données sont mises à disposition des experts du sport-santé et des décideurs puis sont centralisées et analysées par l'Observatoire de la Forme®.

Cette analyse permet une meilleure compréhension de l'état de forme des Français et propose un éclairage inédit des actions à mener en matière de santé publique.



Trois exemples d'exploitation de données



Taux de licenciés sportifs masculin en Rhône-Alpes, relevé entre 2008 et 2013, en lycée.

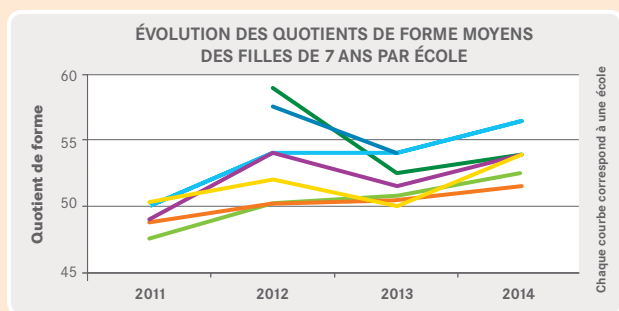
L'étude a porté sur 68 établissements : lycée d'enseignement général et technique (LEGT), CFA, lycée agricole, lycée professionnel et MFR soit près de **15 000 jeunes touchés**.

Elle a permis d'analyser les évolutions avec l'âge du niveau de forme physique, de l'IMC et du nombre de licenciés en association sportive ainsi que les spécificités selon les types de lycées, le sexe et la localisation géographique.

PRÈS DE 140 000 DONNÉES

inédites sur la forme des Français recensées au sein de l'Observatoire de la Forme®

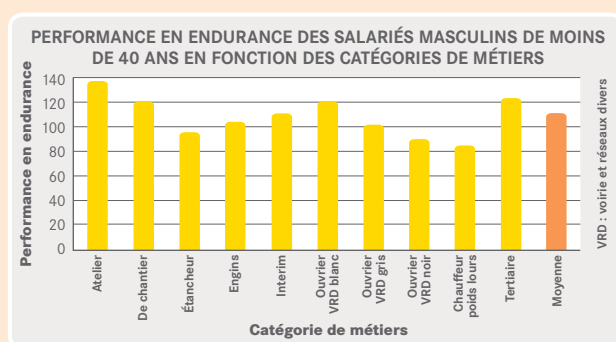
Suivi dans le temps du niveau de forme des jeunes d'une ville.



Exemple de Lambersart (59) :
évolution depuis 2011 du quotient de forme de 340 enfants d'une même tranche d'âge.

Le suivi de l'évolution du quotient de forme physique de ses écoliers et collégiens depuis 2011 est pour la ville de Lambersart un indicateur très précieux pour la détermination et l'évaluation de ses politiques sport et santé envers les jeunes.

Analyses précises par âge, genre, postes de travail des niveaux de forme.

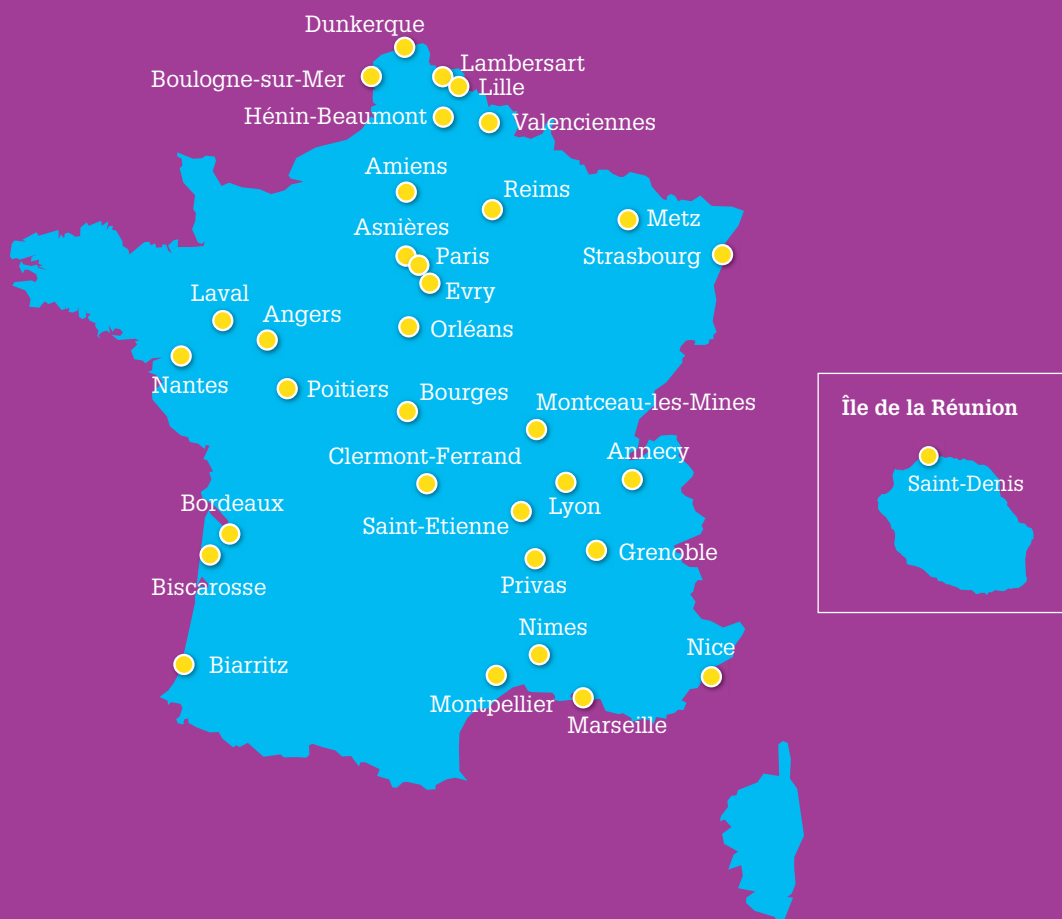


Exemple de 170 salariés d'une entreprise de travaux publics, en Île-de-France.

Les outils statistiques disponibles permettent une analyse fine de la condition physique et de l'IMC d'une population selon de nombreux paramètres : âge, genre, poste de travail, etc. Des actions ciblées et efficaces peuvent alors être mises en place.

➔ Une action nationale

Déployé sur le terrain par l'Institut des Rencontres de la Forme, le Diagnoform® est exploité depuis 2005, lors de nombreux événements, pour sensibiliser les professionnels du secteur et le grand public au « bouger plus ».



➔ Un partenariat

Le Diagnoform® est un outil d'évaluation développé par la Ligue Nord/Pas-de-Calais d'Athlétisme et mis à disposition de l'expertise de l'IRFO.

ATHLÉ 59/62
LIGUE NORD/PAS DE CALAIS D'ATHLETISME

INSTITUT
DES RENCONTRES
DE LA FORME

➔ Contact

Adresse :

Ligue Nord-Pas-de-Calais Athlétisme
Stadium Lille Métropole
Avenue de la Châtellenie,
BP 30 304
59666 Villeneuve d'Ascq Cedex

Tél : 03 28 76 18 00

Emailing :

Contact@diagnoform.com

Site :

www.diagnoform.com